

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
імені ІВАНА БОБЕРСЬКОГО

Кафедра теорії спорту та фізичної культури

Задорожна О. Р.
Антонов С. В.

ЛЕКЦІЯ

на тему: **«ДОСВІД ПОБУДОВИ ОЛІМПІЙСЬКОЇ ПІДГОТОВКИ
СПОРТСМЕНІВ У СВІТІ»**

з дисципліни
**«ПІДГОТОВКА НАЦІОНАЛЬНИХ ЗБІРНИХ КОМАНД
ДО ОЛІМПІЙСЬКИХ ІГОР»**

для здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти
спеціальності 017 Фізична культура і спорт

Тема 5. Досвід побудови олімпійської підготовки спортсменів у світі

1. Особливості олімпійської підготовки спортсменів в СРСР у період 1952-1992 рр.
2. Досвід підготовки німецьких спортсменів до Олімпійських ігор.
3. Олімпійська підготовка спортсменів національної збірної команди США.
4. Розвиток олімпійської підготовки спортсменів у Китайській Народній Республіці.

1. Особливості олімпійської підготовки спортсменів в СРСР у період 1952-1992 рр.

Олімпійська підготовка спортсменів СРСР у період 1952-1968 рр.

Після того як на сесії Міжнародного олімпійського комітету (МОК), що відбулася у Відні в травні 1951 р. було ухвалено рішення про визнання Олімпійського комітету СРСР, збірна команда СРСР вперше взяла участь в Іграх XV Олімпіади в 1952 р. в Гельсінкі, а в зимових Олімпійських іграх – в 1956 р. в Кортіна-д'Ампеццо.

Ще задовго до цього відбулося усвідомлення потреби у взаємодії олімпійського руху та міжнародного робочого спортивного руху, в якому СРСР активно брав участь в 1920-1930-і рр. У 1931 р. П'єр де Кубертен писав: «Поряд з капіталістичною організацією створена вже і «пролетарська» організація. Часом, і не без успіху, вона проводить «робочі олімпіади». Зараз, коли я пишу ці рядки, в Москві будують величезний стадіон, на якому буде проведено найближчу «робочу олімпіаду». І як би не йшли справи, поширення спорту серед робітників з точки зору олімпійського руху є безсумнівною гарантією його збереження, яким би не був результат боротьби, що відбувається в усьому світі між двома громадськими системами, які відрізняються одна від одної. Це є визнанням того відомого факту, який не в настільки віддаленому минулому гаряче заперечували, що спорт не є предметом розкоші або доповнення розумових занять роботою м'язів. Для кожної людини спорт є джерелом внутрішнього вдосконалення незалежно від роду його занять. Він є однаково доступним кожному, і його відсутність не може бути заповнена нічим».

Незважаючи на те, що в СРСР олімпійський рух сприймали як буржуазний і реакційний, в країні все ж існував стійкий інтерес до Олімпійських ігор: результати найсильніших радянських спортсменів порівнювали з олімпійськими досягненнями, запитання участі радянських спортсменів в Олімпійських іграх, взаємодії робочого та олімпійського руху хвилювали не лише фахівців і спортсменів. Їх серйозно обговорювало керівництво країни. Зокрема, було заплановано участь радянських спортсменів в Іграх XI Олімпіади 1936 р. в Берліні. Однак це рішення не було реалізовано, значною мірою через позицію тодішнього президента МОК Анрі де Байє-Латура, який з ненависті до більшовизму всіляко перешкоджав участі СРСР в

олімпійському русі: «Більшовики поставили себе поза суспільством. Поки я президент МОК, радянський прапор не замайорить на олімпійському стадіоні».

Не менше значення мало й ставлення радянської Росії, а надалі і СРСР до олімпійського руху. Так виглядало, наприклад, офіційне трактування відсутності СРСР в олімпійському русі, яке було викладено в «Енциклопедичному словнику з фізичної культури і спорту» (1928 р.): «В пізніших Олімпіадах (після 1912 року – авт.) російські спортсмени участі не брали, так як СРСР вийшов з буржуазного Міжнародного олімпійського комітету, вступивши до «Червоного спортивного інтернаціоналу».

Отже, ще за багато років до того, як СРСР вийшов на олімпійську арену, його участь в олімпійському русі мала політичний підтекст. Йдеться про розгляд Олімпійських ігор як однієї з найбільших арен протистояння не лише спортивних, а й соціально-політичних систем. Цей мікроклімат, внесений СРСР, починаючи з Ігор XV Олімпіади 1952 р., активно сприйняли США. Він же зумовив розвиток схожих відносин між ФРН і НДР, між США і Кубою, між США і НДР, а надалі, хоча і в прихованому вигляді, між СРСР і НДР.

Таким чином, процес політизації Олімпійських ігор став настільки природним для олімпійського спорту, що не тільки не згас із розпадом СРСР і об'єднанням Німеччини, а й отримав новий розвиток – до нього долучилася більшість тих країн (кожна на своєму рівні), чії спортсмени реально претендують на завоювання олімпійських медалей.

В результаті МОК, який протягом низки років боровся з політизацією Олімпійських ігор, в останні десятиліття вдає, що цієї проблеми не існує. Більше того, він побачив в їх політизації один із важелів підвищення значущості олімпійського спорту, активно протидіючи тільки тим процесам, які могли призвести до розколу олімпійського руху, – бойкотам Ігор, терористичним актам, ослабленню монополії МОК в його правах на Олімпійські ігри.

Якщо проаналізувати історію виступів збірної команди СРСР на Олімпійських іграх, можна легко переконатися в тому, що всі успіхи радянських спортсменів були забезпечені за рахунок державного регулювання олімпійської підготовки та контролю за її ефективністю. Коли ж відбувалася реорганізація системи управління в бік підвищення ролі громадського керування олімпійською підготовкою і знижувалася ефективність контролю і ступінь відповідальності за її результати, досягнення радянських спортсменів різко погіршувалися.

Після закінчення Другої світової війни партією та урядом СРСР було сформульовано завдання якнайшвидшого відновлення довоєнного рівня фізкультурного і спортивного руху. Протягом 1945-1948 рр. було прийнято низку постанов щодо розвитку фізкультурного руху, надання допомоги комітетам з фізичної культури і спорту та поліпшення їх роботи, заохочення зростання спортивно-технічної майстерності спортсменів. Особливу увагу звертали на потребу досягнення радянськими спортсменами результатів вищого міжнародного рівня, активного і переможного виходу на міжнародну спортивну арену з метою розширення міжнародних зв'язків та підвищення статусу СРСР у світі.

Протягом 1945-1946 рр. здійснено перепідготовку 1000 тренерів, регулярно проводили навчально-тренувальні збори з різних видів спорту. Було створено нові інститути фізичної культури (в Єревані, Львові, Каунасі, Ризі, Алма-Аті). У союзних республіках відкрили 80 спортивних шкіл молоді. У 1946 р. в країні працювали 460 дитячих спортивних шкіл із загальною кількістю 80 тис. осіб. Регулярно проводили змагання і спартакіади профспілок, спартакіади сільських спортсменів, всесоюзні студентські спартакіади.

Наприкінці 1948 р. в СРСР було не лише досягнуто довоєнного рівня розвитку фізичної культури і спорту, а й перевищено його за багатьма показниками, особливо у спорті вищих досягнень. У цей час відбувався розвиток матеріально-технічної бази: будували стадіони, палаци спорту, басейни та інші спортивні споруди, розвивали систему дитячих спортивних шкіл і спортивних шкіл молоді, працювали над якістю підготовки та кваліфікації фахівців. Тоді було затверджено посади державних тренерів з видів спорту, удосконалено систему фізичного виховання в середній і вищій школі, а воєнізований характер фізичного виховання в школах, вузах, виробничих колективах значною мірою було замінено на спортивно-ігровий.

Інтенсивно розвивали систему спортивних змагань як на загальносоюзному рівні (спартакіади, першості країни, фізкультурні свята), так і на республіканському, крайовому, обласному. В практику спорту запроваджено нагородження переможців змагань медалями і жетонами, цінними призами.

Особливу увагу було звертали на розвиток наукової роботи в сфері фізичного виховання і спорту, підготовку кадрів, оперативне впровадження наукових досліджень до спортивної практики. У ці роки одними з першочергових завдань були наукове обґрунтування підготовки радянських спортсменів, забезпечення тренерів сучасною літературою, науковими знаннями, досягненнями зарубіжного досвіду.

До цього періоду належить зародження відомих шкіл спорту, в яких основою тренерської майстерності були досягнення спортивної науки, провідного вітчизняного та зарубіжного досвіду. Безліч відомих фахівців вдало поєднували тренерську діяльність з науково-дослідною роботою, написанням підручників і навчальних посібників.

Найважливішим аспектом системи підготовки радянських спортсменів у 1950-ті рр. було планування процесу підготовки та змагальної діяльності збірних команд з видів спорту в умовах тісної співпраці тренерів, керівників спортивних організацій з провідними фахівцями в сфері спортивної науки. Аналогічно здійснювали аналіз підсумків виступів, виявляли недоліки і невикористані резерви, визначали шляхи поліпшення роботи. Ця практика стала невід'ємною частиною олімпійської підготовки в СРСР як до Ігор Олімпіад, так і до зимових Олімпійських ігор.

Систему комплексних командних змагань в 1956 р. було доповнено найбільшою спортивною подією за всю історію радянського спорту – першою Спартакіадою народів СРСР. На її старті в районах, містах, республіках вийшли близько 20 млн осіб. У фінальних змаганнях, проведених в Москві, взяли участь збірні колективи всіх союзних республік, Москви і Ленінграда:

брали участь 9244 спортсмени, які змагалися в 20 видах спорту. Для порівняння зазначимо, що в Іграх XVI Олімпіади 1956 р. в Мельбурні взяли участь 3184 спортсмени, в Іграх XVII Олімпіади в Римі 1960 р. – 5348 спортсменів, які змагалися в 17 видах спорту.

Спартакіади народів СРСР проводили регулярно – в рік, що передує Іграм Олімпіад. Ці комплексні змагання з командним заліком були не лише потужним стимулом до розвитку спорту і пошуку спортивних талантів, а й заходом, які в організаційному, спортивному та психологічному аспектах відповідали атмосфері, що була притаманною для Олімпійських ігор.

З 1962 р. за аналогією почали проводити зимові Спартакіади народів СРСР.

До середини 1950-х рр. в СРСР працювали вже понад 1300 дитячих спортивних шкіл і спортивних шкіл молоді, в яких займалися близько 300 тис. юних спортсменів. Різко зросла кількість дипломованих тренерів – випускників інститутів фізичної культури. Інтенсивно розвивали матеріальну базу спорту: будували стадіони, басейни, палаци спорту, спортивні зали.

У ті роки ще рано було говорити про створення в СРСР системи олімпійської підготовки. Рівень результатів в низці видів спорту значно поступався світовому, недостатньою була мережа спортивних споруд для розвитку деяких олімпійських видів спорту, не вистачало сучасного спортивного обладнання та інвентарю, а політична ізольованість не давала змоги належним чином використовувати закордонні науково-практичні досягнення. Однак основи системи були закладені.

Ця діяльність дала змогу досягти значних результатів. На Іграх XV Олімпіади 1952 р. в Гельсінкі команда СРСР в неофіційному командному заліку набрала таку ж суму очок, як і команда США (по 494), але значно поступилася їй за кількістю золотих медалей (США – 40, СРСР – 22). На Іграх XVI Олімпіади в Мельбурні 1956 р. збірна команда СРСР посіла перше загальнокомандне місце в неофіційному командному заліку, значно випередивши спортсменів США за медальними показниками. На Іграх XVII Олімпіади 1960 р. у Римі команда СРСР випередила атлетів США на 32 медалі різного гатунку (відповідно 103 і 71) та на дев'ять золотих нагород (відповідно 43 і 34).

Однак наприкінці 1950-х рр. М. С. Хрущов ініціював кардинальну перебудову системи управління фізичною культурою і спортом в СРСР. Його гасло було таким: «До комунізму ми не ввійдемо з платним інструктором з фізичної культури». Він схвалив скасування Комітету з фізичної культури і спорту при Раді Міністрів СРСР. Замість нього було створено громадський орган – Союз спортивних товариств і організацій СРСР, що негативно позначилося на системі фізичного виховання і спорту, особливо на системі олімпійської підготовки, яка втратила жорсткі організаційні засади.

На Іграх XVIII Олімпіади 1964 р. в Токіо спортсмени СРСР, попри зростання кількості видів змагань (150 в Римі 1960 р., 163 в Токіо), виступили слабше, ніж в Римі, поступившись за кількістю золотих нагород команді США (30 і 36 відповідно). Однак загальна кількість нагород була вищою в команди СРСР – 96 (у команди США 90).

Громадська система керування спортом в СРСР не дала змоги зробити з підсумків виступів на Іграх XVIII Олімпіади 1964 р. в Токіо належних висновків і побачити, що загалом начебто позитивні підсумки були наслідком інерції системи, що діяла в другій половині 1950-х рр. Як наслідок система олімпійської підготовки до Ігор XIX Олімпіади 1968 р. в Мехіко була аналогічною. Залишилися поза увагою цікаві новинки в сфері організації і методики підготовки, зокрема, в середині 1960-х рр. відбулося різке зростання обсягів тренувальної роботи спортсменів США, Австралії, НДР. Не було своєчасно побудовано навчально-тренувальну базу в Цахкадзорі (Вірменія), що не дало змоги повноцінно готуватися в умовах середньогір'я, характерних для Мехіко. Було порушено систему управління підготовкою спортсменів до Ігор, яка стала хаотичною та залежала від поглядів тренерів збірних команд та керівників ДСО, відомств і спортивних федерацій.

Підсумком цієї діяльності став закономірний провал збірної команди СРСР: вона значно поступилася команді США за кількістю золотих медалей (відповідно 29 і 45), нагород різного ґатунку (відповідно 91 і 107) та очок за перше-шосте місце (590,8 і 717,3).

Система підготовки радянських спортсменів до Ігор Олімпіад і Зимових Олімпійських ігор у період 1972-1992 рр.

Після Ігор XIX Олімпіади в Мехіко 1968 р. Союз спортивних товариств і організацій СРСР було ліквідовано, оскільки він не впорався із завданнями. Було створено Комітет з фізичної культури і спорту при Раді Міністрів СРСР, який очолив С. П. Павло. Його заступником, відповідальним за олімпійську підготовку, став чемпіон Ігор XVIII Олімпіади 1964 р. в Токіо, дворазовий чемпіон світу з греко-римської боротьби Анатолій Колесов. Ці люди змогли швидко мобілізувати велику кількість організаторів спорту, тренерів, науковців та інших фахівців, правильно розставити кадри і сформувати чітку систему олімпійської підготовки. Основою останньої був ґрунтовний науковий підхід, завдяки якому спортсмени СРСР були лідерами на олімпійській арені упродовж 20 років – до розпаду СРСР. Напрацювання тих часів ще довго використовували на теренах багатьох незалежних держав, що було утворено на території колишнього СРСР.

Особливістю олімпійської підготовки СРС у 1970-ті рр. була наявність комплексних документів. Концепція підготовки до Ігор Олімпіад або до зимових Олімпійських ігор визначала загальну стратегію підготовки радянських спортсменів, розкривала шляхи вдосконалення та її реалізації в усіх напрямках – організаційному, матеріально-технічному, спортивно-методичному, науковому, медичному. На основі загальної концепції формували зведений план і цільові комплексні програми підготовки до Олімпійських ігор збірних команд з видів спорту.

Організаційні основи олімпійській підготовки. На початку 1970-х рр. в СРСР було створено потужну організаційну систему олімпійської підготовки із постійним залученням великої кількості дітей та підлітків до занять спортом. У країні працювали 4000 дитячих спортивних шкіл (в тому числі спеціалізовані), 200 спортивних шкіл молоді, 62 школи вищої спортивної майстерності.

Щорічно близько 20 тис. спортсменів брали участь в змаганнях за кордоном і стільки ж зарубіжних спортсменів відвідували СРСР для змагань і спільної підготовки.

На базі шкіл вищої спортивної майстерності (ШВСМ) і спортивних шкіл формували опорні пункти олімпійської підготовки (ОПОП) за видами спорту, які мали все необхідне для повноцінного тренування на найсучаснішому рівні і для поєднання занять в середній школі чи у вузі з напруженою тренувальною діяльністю.

Наявність ОПОП дала змогу створити умови для цілорічних занять спортсменів, в яких органічно було поєднано підготовку на централізованих зборах, змагання всередині країни і за кордоном.

Система ОПОП передбачала також створення експериментальних груп. Схожою була й олімпійська підготовка в системах Збройних сил і Внутрішніх військ, що давало змогу забезпечити повноцінну підготовку спортсменів паралельно з військовою службою.

Особливістю системи олімпійської підготовки в СРСР було формування єдиного календарного плану зборів і змагань, які проводили Спорткомітет СРСР, профспілкові ДСО, відомства, територіальні організації. Ці плани будували відповідно до зведеного плану підготовки до Олімпійських ігор і запроваджували за рік до попередніх Ігор. Зокрема, у 1975 р. було сформовано план підготовки до Ігор 1980 р. У цьому документі було визначено загальну стратегію підготовки, план-завдання на завоювання медалей і очок в неофіційному командному заліку, охарактеризовано можливості основних конкурентів – НДР і США, визначено організаційні основи, головні вимоги до методики, резерви і завдання у різних видах спорту.

Важливою ланкою системи олімпійської підготовки радянських спортсменів стало будівництво в 1970-і рр. комплексних і спеціалізованих баз для олімпійської підготовки: для середньогірньої підготовки – в Цахкадзорі (Вірменія), для ковзанярського і гірськолижного спорту – під Алма-Ати (Медео), для зимових видів спорту – під Мінськом (Раубічі), під Москвою (озеро Кругле, Подольськ), під Києвом (Конча-Заспа), в Грузії (Ешера), для різних видів веслування – під Вільнюсом (Литва), для вітрильного спорту – в Талліні (Естонія). Одночасно бази створювали і ДСО профспілок, наприклад, комплексна база в Алушті (Крим), спеціалізована база «Спартак» для гандболу (під Києвом), база для плавання (Харків).

Велике значення мало забезпечення сучасною апаратурою (переважно імпортною) комплексних наукових груп, в яких було сконцентровано кадровий потенціал трьох науково-дослідних інститутів, 27 спеціалізованих вузів, 13 проблемних науково-дослідних лабораторій. Наприклад, в олімпійському циклі 1972-1976 рр. для забезпечення комплексних наукових груп (КНГ) і баз олімпійської підготовки тільки імпортною апаратурою було витрачено близько 1 млн дол. США і 3 млн руб.

Удосконалення різних складових системи олімпійської підготовки в СРСР здійснювали на тлі постійного розширення мережі спортивних шкіл, збільшення кількості дітей, залучених до системи спортивної підготовки, широкомасштабної роботи з пошуку спортивних талантів.

Збільшення кількості спортивних шкіл супроводжувалося зростанням кількості ОПОП, центрів, експериментальних груп олімпійської підготовки, які формували на базі спеціалізованих шкіл, шкіл вищої спортивної майстерності та інтернатів спортивного профілю. У цих структурах створювалися умови, що давали змогу спортсменам щодня витратити на тренувальні заняття до 5-6 год. Це давало змогу реалізувати обсяги тренувальної роботи та змагальної діяльності, які становлять близько 70-90% величин, характерних для спортсменів основних складів збірних команд країни. Ці найбільш перспективні спортсмени, складові найближчий резерв збірних команд, витрачали на тренувальний процес і змагальну діяльність 300-320 днів на рік (1200-1400 год). Кількість тренувальних занять на рік становила 600-800.

Ця величезна за масштабами система дитячо-юнацького та резервного спорту в СРСР не була досить досконалою. Різною була результативність шкіл, велика кількість з них щороку не давали результату з погляду інтересів олімпійських команд. На відміну від спорту НДР, в цих школах навчалася велика кількість спортсменів, які були недостатньо перспективними з погляду інтересів збірних команд. Суттєво порушувалося оптимальне співвідношення спортсменів, що знаходяться на етапі початкової підготовки і на наступних етапах багаторічного вдосконалення. Це стримувало залучення до початкової підготовки та початкової відбору перспективних дітей та утримувало в системі олімпійського спорту величезну кількість юнаків і дівчат, які не були здатними до досягнення високих спортивних результатів.

Вимоги до вирішення цього питання стикалися з опором тренерів, яким значно простіше було працювати з невеликими за кількістю групами з постійним контингентом мало перспективних спортсменів замість кропіткої праці із залученням до початкової підготовки великої кількості дітей. У багатьох школах відставала матеріальна база, недостатньо було тренерів високої кваліфікації, були відсутні постійні зв'язки зі школами вищого рівня, групами, пунктами і центрами олімпійської підготовки, порушувалася система передачі найбільш перспективних спортсменів в школи з кращими умовами для підготовки, з більш здібними та кваліфікованими тренерами. За цими показниками система олімпійської підготовки в СРСР поступалася тій, що існувала в НДР.

Щодо зимових видів спорту, їх непропорційний розвиток, відсутність умов і традицій в низці медалеємних видів, які потребують особливого матеріально-технічного забезпечення (стрибки на лижах з трампліну, гірськолижний спорт, санний спорт, бобслей) давало певні переваги закордонним конкурентам, зокрема спортсменам НДР. Як наслідок збірна команда НДР гідно конкурувала з радянськими спортсменами на зимових Олімпійських іграх в період 1976-1988 рр., а в 1984 р. навіть змогла перемогти у неофіційному командному заліку на XIV зимових Олімпійських іграх в Сараєво.

Науково-методичне забезпечення олімпійській підготовки. Головне завдання спортивної науки у той час полягало в забезпеченні тісного взаємозв'язку наукової проблематики, організації досліджень і їх впровадження в практику з системою підготовки збірних команд країни до Олімпійських ігор

а інших масштабних змагань. Однак на практиці це призвело до того, що основні дослідження з тематики всесоюзного зведеного плану, які стосуються проблематики спорту вищих досягнень, і практичну роботу в комплексних наукових групах (КНГ) переважно здійснювали одні і ті ж фахівці. Це сприяло усуненню з зведеного плану наукових досліджень дрібних і малозначущих для олімпійського спорту тем.

Робота науково-дослідних інститутів, проблемних лабораторій і кафедр спеціальних вузів концентрувалася на розробці найбільш актуальних напрямів, проблем, узагальнених і приватних тем. Основний обсяг досліджень перемістився до збірних команд, центрів олімпійської підготовки та підготовки спортивного резерву. Це зробило дослідження більш предметними, скоротило терміни їх впровадження в практику. В ці роки велика кількість тренерів збірних команд СРСР стали докторами або кандидатами наук.

Основи методики підготовки спортсменів. На початку 1970-х рр. у світі відбулася різка інтенсифікація підготовки спортсменів на всіх етапах багаторічного вдосконалення. У деяких видах спорту (особливо тих, в яких радянські атлети за рівнем спортивних досягнень поступалися основним конкурентам) було наявним значне відставання в річних обсягах тренувальної роботи. Наприклад, у другій половині 1960 – на початку 1970-х рр. найсильніші плавці світу (США, Австралії, НДР) різко збільшили обсяги тренувальної роботи протягом року: 2-3-разові щоденні заняття, річний обсяг плавання – 1800-2500 км, 600 -700 тренувальних занять в рік. Водночас сильні радянські плавці-чоловіки протягом року пропливали від 800 до 1000 км, а жінки - 600-800 км.

Протягом двох-трьох років спортсменів всіх збірних команд СРСР та спортсменів найближчого і віддаленого резерву перевели на обсяги тренувальної роботи, характерні для найсильніших спортсменів світу.

Вдосконаленню системи підготовки спортсменів сприяло науково-практичне співробітництво з фахівцями соціалістичних країн (особливо НДР) в межах закритих програм. Вони охоплювали спільну роботу як на рівні загальної концепції олімпійської підготовки, так і на рівні розробки і реалізації програм підготовки в окремих видах спорту (наприклад, спільна з фахівцями НДР програма з системи підготовки плавців), а також найбільш актуальних науково-практичних проблем (аналогічна програма спортивного відбору).

У 1970-1980 рр. було запроваджено в практику такі напрями:

- обґрунтування вискоєфективних організаційно-управлінських засад олімпійської підготовки;
- розробка системи відбору перспективних спортсменів;
- вдосконалення системи багаторічної підготовки, розробка ефективних систем періодизації річної підготовки та основ побудови чотирирічних олімпійських циклів;
- розробка моделей безпосередньої підготовки до головних змагань року, що забезпечують вихід на пік готовності і досягнення найвищого індивідуального результату;
- розробка ефективних моделей змагальної діяльності та підготовленості, формування на їх основі системи контролю та етапного управління;

- обґрунтування і впровадження системи оперативного контролю, що дозволяє освоїти великі обсяги тренувальної роботи, забезпечити ефективно протікання адаптаційних процесів та профілактику переадаптації;

2. Досвід підготовки німецьких спортсменів до Олімпійських ігор

Перший успішний досвід підготовки національної збірної команди Німеччини у 30-ті рр. XX ст.

Досвід гітлерівської Німеччини періоду 1933-1936 рр. є одним з найяскравіших прикладів цілеспрямованої підготовки атлетів до Олімпійських ігор. Перед спортивними організаціями країни нацистське керівництво висунуло завдання досягнути максимального успіху на Іграх XI Олімпіади 1936 р. в Берліні і IV зимових Олімпійських іграх 1936 р. в Гарміш-Партенкірхені. Успіх на Олімпійських іграх планували використовувати, перш за все, з політичною метою – для демонстрації переваги арійської раси, державного і політичного ладу Німеччини, зміцнення національної ідеї, консолідації населення в його прагненні до світового панування.

Так до Олімпійських ігор ще не готувалася жодна країна. Для інтенсивної підготовки до Олімпійських ігор до моменту приходу до влади нацистського уряду і встановлення фашистської ідеології були створені гарні передумови.

Після поразки у Першій світовій війні, відповідно до Версальського договору Німеччині дозволяли мати дуже обмежену армію. За цих умов особливу увагу приділили розвитку спорту як засобу ефективної фізичної та ідеологічної підготовки молоді та проходження військової служби.

Інтенсивному розвитку спорту в ці роки сприяла гостра конкуренція між спортивними організаціями, діяльністю яких керував Німецький гімнастичний союз, і численними спортивними організаціями, які належали до сфери так званого робочого спортивного руху.

У 20-х рр. в Німеччині робочий спортивний рух очолювала Центральна комісія з питань робочого спорту. До сфери її діяльності належало керівництво роботою всіх спортивних спілок, захист їх інтересів в державних органах, організація зв'язку з буржуазними спортивними організаціями.

У 20-30-х рр. в Німеччині відбулася кардинальна перебудова системи фізичного виховання в середній та вищій школі. З одного боку, фізичне виховання було визначено як один з найважливіших предметів, а з іншого – в програмах з фізичного виховання різко зросла питома вага спорту і вони набули військово-спортивного характеру.

З приходом до влади А. Гітлера у 1933 р. накопичений потенціал в сфері фізичного виховання і спорту було повністю підпорядковано завданням мілітаризації та ідеологічної обробки молоді. В цю систему гарно вписалася жорстко організована та ідеологічно орієнтована система олімпійської підготовки до Ігор 1936 р.

Цікаво, що коли МОК на квітневій сесії 1932 р. в Барселоні ухвалив рішення про проведення Ігор Олімпіади та зимових Олімпійських ігор в Німеччині, націонал-соціалістична партія Німеччини, якої керував Гітлер, активно протестувала проти проведення Ігор, так як бачила в них небезпеку

розширення в країні інтернаціоналістських настроїв. Однак після приходу до влади Гітлер побачив в Іграх можливість підвищення авторитету Німеччини в очах міжнародної громадськості, демонстрації соціальних, науково технічних і культурних досягнень Німеччини.

Через кілька місяців після приходу до влади в 1933 р. нацистський уряд Німеччини поставив перед спортивними організаціями країни політичне завдання – перемогти в 1936 р. на Іграх Олімпіади в Берліні, зимових Олімпійських іграх в Гарміш-Партенкірхені. Головним суперником були США, які з величезною перевагою перемогли в 1932 р. на Іграх Олімпіади та зимових Олімпійських іграх.

Здавалося б, об'єктивні підстави для досягнення цієї мети у спортсменів Німеччині були відсутні. У 1932 р. на Іграх Олімпіади збірна Німеччини посіла лише 9-е загальнокомандне місце, завоювавши близько 21 % медалей від тієї кількості, яку отримали спортсмени США (відповідно 20 і 103). За кількістю золотих нагород позиції Німеччини були взагалі безнадійними: 3 – у спортсменів Німеччини, 41 – у спортсменів США. У зимових видах спорту: у спортсменів США 12 медалей, в тому числі 6 золотих (1 загальнокомандне місце), у спортсменів Німеччини 8-е місце з 2 бронзовими медалями.

Вперше в історії сучасних ігор було сформовано цілісну концепцію олімпійської підготовки, в якій олімпійську команду розглядали не як збірну команду, сформовану зі спортсменів-представників різних видів спорту, які готуються за програмами спортивних федерацій. Вони були як єдиний колектив, об'єднаний загальною стратегією, спрямованої на досягнення загальнокомандного успіху.

Основою підготовки збірної команди Німеччини до Олімпійських ігор 1936 р. були такі принципи:

- пріоритетна підготовка спортсменів в тих медалеємних видах спорту, в яких на олімпійській арені превалюють спортсмени США (завоювання медалі в цих видах спортсменами Німеччини часто буде пов'язано з втратою медалі спортсменами США, тобто матиме подвійну ціну);

- концентрація уваги на підготовці спортсменів у видах спорту, в яких Німеччина має необхідні спортивні споруди, тренерські кадри та інші умови;

- забезпечення ефективної організації та фінансування підготовки, суворого контролю за її якістю, персональної відповідальності виконавців, підпорядкування усього спортивного життя країни завданням підготовки до Олімпійських ігор;

- максимальна ідеологічна, інформаційна і пропагандистська підтримка підготовки німецьких спортсменів і їх участі в Олімпійських іграх.

Політизація і державне регулювання олімпійської підготовки не могло виявитися поза увагою в інших європейських країнах, які тісно співпрацювали з Німеччиною. Зокрема, в Італії, Австрії, Угорщини також була активізована підготовка до Олімпійських ігор.

Як наслідок, на зимових Олімпійських іграх збірна Німеччини змушена була задовольнятися другим загальнокомандним місцем (6 медалей, в тому числі 3 золоті), істотно поступившись спортсменам Норвегії (15 медалей, в тому числі 7 золотих). Однак це був серйозний успіх порівняно з підсумками

Ігор 1932 р., що в Німеччині було сприйнято із задоволенням, особливо в зв'язку з тим, що команда США виявилася на восьмому місці.

Повним тріумфом збірної команди Німеччини завершилися Ігри Олімпіади в Берліні. Команда завоювала перше загальнокомандне місце, з великим відривом випередивши команду США. Успішно були реалізовані всі основні положення системи олімпійської підготовки, особливо у видах спорту, в яких американські спортсмени за підсумками Ігор 1932 р. були безумовними лідерами в олімпійському спорті – легкої атлетики та гімнастики. Тільки в двох цих видах спорту команда США порівняно з попередніми Іграми втратила 26 медалей (1932 р. – 51, 1936 р. – 25), в тому числі 8 золотих, а команда Німеччині здобула 24 медалі (1932 р. – 5, 1936 р. – 29), в тому числі 9 золотих.

Наступні процеси, які відбувалися в Німеччині після Ігор 1936 р. – інтенсивна мілітаризація країни, підготовка до війни і, власне, Друга світова війна, відсунули олімпійський спорт в країні на другий план. Скасування Олімпійських ігор 1940 і 1944 рр. в зв'язку з війною, розв'язаної Німеччиною в 1939 р., тяжка поразка, поділ держави, неучасть в Іграх 1948 р. призвели до того, що організаційний і науково-методичний досвід олімпійської підготовки було втрачено. Вперше після війни Команда Німеччини виступила на Іграх 1952 р. в Гельсінкі та не змогла завоювати жодної золотої нагороди.

Олімпійська підготовка спортсменів НДР у період 1968-1988 рр.

Після закінчення Другої світової війни і освіти в 1949 р Німецької Демократичної Республіки (НДР) розвиток фізичної культури і спорту в країні здійснювали в тому числі завдяки допомозі радянських спортсменів, тренерів, вчених, працівників спортивних організацій.

У 1952 р. було створено Державний комітет у справах фізичної культури при Раді Міністрів НДР і відповідні структури в округах і районах, а згодом суспільство «Спорт і техніка». У 1957 р. утворено Німецький спортивно-гімнастичний союз – громадську організацію, що зробила великий вплив на розвиток фізичної культури і спорту.

Створенню цілісної та ефективної системи фізичного виховання і спорту сприяли Закон про молодь 1950 р., рішення про розвиток фізичної культури і спорту, прийняте Радою Міністрів НДР в 1955 р., рішення V з'їзду Соціалістичної єдиної партії Німеччини (СЄПН).

Формування системи олімпійської підготовки ґрунтувалося на вирішальній ролі спортивної науки, яку розвивали у багатьох наукових і навчальних центрах, насамперед Німецькій вищій школі фізичної культури, Центральному науково-дослідному інституті в Лейпцигу, Інституті досліджень і розвитку спортивного спорядження.

Спортсмени країни вперше взяли участь в Олімпійських іграх в 1956 р. в складі Об'єднаної німецької команди (ОНК), сформованої на рівноправній основі з найсильніших спортсменів НДР і ФРН, що було визначено відповідним рішенням МОК, так як більшість його членів заперечували проти виступів спортсменів НДР на Іграх окремою командою. У складі ОНК спортсмени НДР взяли участь і в Іграх 1960 і 1964 рр.

Інтенсивний розвиток країни, її успіхи в економічному і політичному житті, завзята боротьба проти дискримінації, численні досягнення спортсменів на світовій і олімпійській аренах призвели до того, що МОК, який був консервативно налаштований щодо НДР, зрештою був змушений прийняти рішення щодо визнання НОК НДР і допуску її самостійною командою на Ігри Олімпіад.

В Олімпійських іграх 1968 р. спортсмени НДР виступили досить вдало: 10-11 місця (розділивши зі збірною Фінляндії) в неофіційному командному заліку на X зимових Олімпійських іграх в Греноблі і 5 місце на Іграх ХІХ Олімпіади в Мехіко.

Після цих Ігор СЄПН ще більше зацікавив розвиток олімпійського спорту як однієї з найважливіших сфер діяльності країни, спрямованих на підвищення її міжнародного авторитету і внутрішню консолідацію суспільства. Уявлення про так званий аполітичний спорт зазнало критики. Досягнення спортсменів і масовість спорту безпосередньо пов'язували з ефективністю соціально-політичної системи, з зовнішньою і внутрішньою політикою країни.

Тривале відсторонення НДР від олімпійського руху, численні недружні акції проти спортсменів, фахівців і журналістів цієї країни за їх участю в міжнародних змаганнях, що проводили в країнах Заходу, призвели до протилежного ефекту ніж той, на який розраховували організатори таких акцій. Увага до спортсменів НДР та їх успіхів на міжнародній арені ще більше зроста, відбулася консолідація населення та її керівників в прагненні використовувати досягнення на світовій спортивній арені як потужний засіб контрпропаганди, демонстрації досягнень країни на міжнародній арені.

У 1970 р. було утворено Державний секретаріат з фізичної культури і спорту при Раді Міністрів НДР, якому було надано всі права щодо розвитку фізичної культури, спорту вищих досягнень, спортивної науки та медицини, матеріально-технічної бази, міжнародного співробітництва. У тісній співпраці з Німецьким спортивно-гімнастичним союзом Держсекретаріат став розробляти методологію системної підготовки до Олімпійських ігор, яка була оформлена у вигляді єдиної науково обґрунтованої концепції, що розвивалася і оновлювалася в кожному чотирирічному олімпійському циклі.

При активній керівній ролі СЄПН до реалізації концепції залучалися найбільші науково-виробничі потужності різних міністерств і відомств, що в короткі терміни призвело до розробки ефективного спортивного інвентарю (боби для бобслею, сани для санного спорту, велосипеди, гребні суду тощо), засобів стимуляції працездатності і відновних реакцій, створення високоефективних організаційних схем підготовки спортивного резерву в системі шкільної освіти, методів виявлення спортивних талантів.

Усі напрацювання поступово набували закритого характеру. Досягнення в цих сферах не публікували у відкритій пресі і розповсюджували виключно в службових або секретних документах. Політика засекречування стосувалася не тільки країн Заходу, а й СРСР, який понад 20 років сприяв розвитку спорту вищих досягнень в НДР.

У 1960-1970-ті й наступні роки уряд країни активно співпрацював з СРСР та іншими країнами соціалістичної співдружності у розробці спільних науково-

дослідних програм, проведенні спільних зборів спортсменів в різних видах спорту, семінарів, конференцій, обміні делегаціями вчених і фахівців. Співпрацю регулярно підкріплювали угодами між спортивним керівництвом обох країн. Наприклад, в травні 1966 р. укладено договір «Про поглиблення всебічного співробітництва між спортивними організаціями і органами НДР і Союзом спортивних товариств і організацій СРСР». Ця співпраця значно сприяла успіхам спорту НДР на міжнародній арені.

Після Ігор XXI Олімпіади 1976 р. в Монреалі спортивне співробітництво між двома країнами ускладнилося. Успіхи на олімпійській арені стали підставою для висунення політичним керівництвом НДР нових вимог – перемоги на зимових Олімпійських іграх та Іграх Олімпіади в неофіційному командному заліку. Замість гасла «Досягти переваги соціалістичних країн перед країнами Заходу на олімпійській арені за умов лідируючої ролі СРСР», з'явилося нове: «На Олімпійських іграх повинна перемогти соціалістична країна». Умови співробітництва поступово стали змінюватися: фахівці НДР робили все, щоб отримати від нього максимум можливого для підвищення якості своєї роботи, і одночасно прагнули обмежити доступ до своїх досягнень, часто виконуючи програми формально, приховуючи найбільш суттєві та ефективні нововведення або надаючи часткову інформацію.

В стратегії олімпійської підготовки НДР існував ще один цікавий аспект: керівництво надавало науково-технічну допомогу конкурентам своїх основних суперників, щоб знизити ефективність виступів останніх. Наприклад, в період 1977-1988 рр., визначивши для себе основними конкурентами не лише збірну США, а й СРСР, фахівці НДР, практично не маючи шансів на успіх у важкій атлетиці, допомагали в межах науково-методичного і фармакологічного забезпечення важкоатлетам Болгарії, що дало їм змогу позбавити радянських спортсменів багатьох нагород на Олімпійських іграх і чемпіонатах світу.

Сформована в НДР державна система олімпійської підготовки дала змогу продемонструвати видатні результати. На XI зимових Олімпійських іграх 1972 р. у Саппоро спортсмени країни несподівано посіли друге загальнокомандне місце (на попередніх Іграх вони посіли 10-11 місця). Надалі збірні команди НДР постійно зміцнювали свої позиції і збільшували кількість здобутих нагород: на наступних зимових Олімпійських іграх (1976, 1980 і 1988 рр. – в Інсбруку, Лейк-Плесіді, Калгарі) вони були другими в командному заліку, поступившись лише збірній СРСР і істотно випередивши всі інші команди, а на XIV зимових Олімпійських іграх 1984 р. в Сараєво перемогли.

На початку 1990 рр. фахівці прогнозували, що об'єднання потенціалу двох німецьких держав (НДР та ФРН) дасть їм змогу боротися за перше загальнокомандне місце на Іграх XXV Олімпіади 1992 р. в Барселоні. Однак збірна Німеччини посіла третє місце, значно поступившись спортсменам Об'єднаної команді СНД та США, хоча за своїм складом могла реально розраховувати і на загальнокомандну перемогу.

Причиною невдалого виступу було руйнування існуючої в НДР системи річного планування і підготовки на завершальному етапі, складна морально-психологічна атмосфера в групі спортсменів і відсторонення від роботи з командами з різних видів спорту провідних тренерів з НДР.

У наступні роки, коли найсильніші спортсмени стали поступово сходити зі спортивної арени, виступи спортсменів Німеччини на Іграх Олімпіад ставали все більш гнітючими. В Атланті на Іграх XXVI Олімпіади 1996 р. збірна країни посіла третє загальнокомандне місце, однак завоювала на 13 золотих медалей менше, ніж в Барселоні. Ще більше розчарування чекало команду Німеччини на Іграх XXVII Олімпіади 2000 р. в Сідней: п'яте загальнокомандне місце та лише 13 золотих нагород.

Розвиток матеріальної бази, масового дитячо-юнацького спорту, організаційного і кадрового забезпечення системи олімпійської підготовки в НДР. До початку 1970 рр. в НДР, країні з відносно невеликим населенням (близько 16 млн осіб) було створено потужну систему резервного спорту та спорту вищих досягнень. До цього часу Німецький спортивно-гімнастичний союз об'єднував 7527 спортивних організацій (близько 2,5 млн осіб). Кількість спортивних груп становила понад 62 тисяч.

Найбільшу увагу було приділено розвитку тих олімпійських видів спорту, які були широко представлені в програмах Олімпійських ігор і для розвитку яких в НДР були відповідні історичні, кадрові, матеріально-технічні передумови.

У другій половині 1960 – на початку 1970 рр. в НДР сформовано таку організаційну систему підготовки, нижнім щаблем якої були тренувальні центри. Їх завдання полягали у масовому навчанні дітей, підготовці на початковому етапі багаторічного вдосконалення і відборі найбільш перспективних для переходу на наступний щабель.

Тренувальні центри з різних видів спорту були створені у всіх районах 14 адміністративних округів країни. Наприклад, у легкій атлетиці налічувалося близько 250 центрів, в кожному з них систематично тренували 80-100 дітей, які пройшли початкове навчання і визнаних перспективними. Їх відбирали за результатами початкового навчання в пробних групах протягом декількох тижнів. За цей час оцінювали здоров'я, статуру, тестували фізичні можливості, здібності до засвоєння техніки. Надалі з кількох тисяч відбирали близько 100 дітей, з якими проводили планомірну і якісну роботу упродовж 2-4 років. Через рік відраховували близько 50% дітей, через два роки в групах залишалося 30-35 осіб, а в дитячо-юнацькі спортивні школи зараховували не більше 10-15.

На другу сходинку – в дитячо-юнацькі спортивні школи (ДЮСШ) – зараховували лише перспективних дітей, які пройшли повний курс початкової підготовки і успішно виконали програму контрольних нормативів і тестів. Юних спортсменів, які не мали серйозних перспектив для досягнення високих спортивних результатів, в ДЮСШ не приймали. Для порівняння в НДР після тренування в ДЮСШ до наступної ланки переводили 60-80% дітей; в СРСР, через недостатню якість роботи з дітьми та менш ефективний відбір, – не більше 10%. Мінімальний термін перебування в ДЮСШ, протягом якого дітей було заборонено відраховувати, становив два роки, після чого відбувався значний відсів і на наступний щабель – підготовку до вищих досягнень – переводили тільки тих спортсменів, які могли бути включені до збірних команд країни.

На третьому шаблі роботу проводили в центральних або окружних спортклубах. Кількість спортсменів становила близько 40% від того, що було в ДЮСШ. Принципи роботи в спортклубах НДР були приблизно такими, як і в групах або центрах олімпійської підготовки в СРСР. Спортклуби взаємодіяли зі збірними командами юніорів і дорослих, а підготовку найсильніших спортсменів здійснювали спільно, чергуючи роботу в клубах і на зборах команд.

Організаційна структура олімпійської підготовки в НДР включала чотири етапи: базової спортивної підготовки, спортивної спеціалізації, спортивного вдосконалення, вищої спортивної майстерності.

Вік, в якому діти розпочинали заняття, і тривалість етапів підготовки були обумовлені специфікою виду спорту, статтю та індивідуальними особливостями юних спортсменів. Наприклад, заняття фігурним катанням починали з 5 років, плаванням – з 6, легкою атлетикою – з 9-10 років.

Особливістю системи олімпійської підготовки спортсменів НДР, на відміну від СРСР, було те, що на будь-якому етапі багаторічного вдосконалення (тренувальні центри, ДЮСШ, клуби, збірні команди) до підготовки залучали тільки тих спортсменів, в яких була зацікавлена збірна команда. Решту відраховували, хоча вони могли тренуватися і змагатися в системі шкільного або студентського спорту, а також виступати за команди трудових колективів.

Важливим положенням системи спорту вищих досягнень в НДР була масовість. Кількісні показники залучення спортсменів до підготовки приблизно відповідали тим, які були в той час в СРСР (хоч НДР територіально значно поступалася СРСР).

Матеріально-технічна база також була дуже якісною. Вже в ті роки в НДР бігові доріжки були обладнані фотодатчиками й автоматичними хронометрами, тренажерами для старту і підвищення швидкісно-силових якостей. У кожному клубі були створені і належні умови для проживання, повноцінного харчування, відпочинку, навчання.

Для основної групи спортсменів, які входили в збірну команду і претендували на успіхи на міжнародній арені, були створені додаткові умови: два-три збори протягом року, тренувальна база з штучною гіпоксією в Кінбаумі, середньогірні і високогірні тренувальні бази (три-чотири збори на рік), тренувальні центри для спеціальної підготовки з акцентом на силову і загальну фізичну підготовку (Рабенберг, Цінновіц, Оберхоф), кліматичний табір відновлювально-оздоровчої спрямованості.

Розвиток видів спорту у НДР. Особливістю олімпійської підготовки був розвиток відносно невеликої кількості олімпійських видів спорту. Головними критеріями для вибору пріоритетних видів спорту були такі:

- орієнтація на медалеємні види спорту, результати в яких не залежать від суддівства;

- можливість використання спорідненої методики підготовки, позатренувальних чинників і швидкого перенесення інновацій з одного виду спорту на інший;

- розвиток видів спорту, що мають історичні передумови, традиції, висококваліфікованих фахівців, досягнення в сфері науки і спеціальної освіти, матеріально-технічну базу;
- орієнтація на розвиток жіночого спорту в зв'язку зі значно менш гострою конкуренцією на олімпійській арені, відставанням його в багатьох країнах з добре розвиненим спортом, передусім, в США;
- орієнтація на види спорту, які залежать від досягнень промисловості, і залучення можливостей промислових підприємств до розробки спортивного інвентарю, обладнання, діагностичної апаратури.

Відповідно, інтенсивно розвивалися види спорту, що охоплюють близько 60% програми Олімпійських ігор: легка атлетика, плавання, веслування на байдарках і каное, веслування академічне, стрільба кульова, стрільба стендова, велосипедний спорт; бобслей, санний спорт, швидкісний біг на ковзанах, стрибки на лижах з трампліну.

Це не виключало уваги до інших видів спорту, які за певних умов мали перспективи в майбутньому, таких як бокс, вітрильний спорт, біатлон, лижні перегони, фігурне катання на ковзанах.

Однак значну частину видів спорту (переважно спортивні ігри) розвивали в межах національних федерацій, системи освіти, виробничих колективів, а в систему олімпійської підготовки їх практично не включали.

Система спортивних змагань у НДР. У 1950-1960 рр. за прикладом СРСР в НДР сформовано широку мережу спортивних змагань – спартакіади піонерської організації імені Тельмана, дитячо-юнацькі спартакіади, загальнореспубліканські спартакіади. Фінальним стартам спартакіад передували районні та окружні змагання. Також проводили традиційні міжнародні змагання і матчеві зустрічі (Олімпійський день, матчі СРСР-НДР, НДР-США, НДР-Великобританія, НДР-Румунія-Італія).

В системі дитячо-юнацького спорту змагання були ефективним засобом спортивного тренування, контролю за її ефективністю, відбору перспективних дітей. Фахівці уважно стежили за тим, щоб змагання не стимулювали форсованої підготовки і прагнення до здобуття рекордів. Змагання і склад учасників планували так, щоб діти, підлітки, юнаки і дівчата виступали в умовах гострої конкуренції, але мали шанси на перемогу. Участь в змаганнях зі старшими і явно сильнішими спортсменами вважали недоцільною в контексті психологічної підготовки – формування впевненості в своїх силах, спрямованості на перемогу, прояву вольових якостей в умовах гострого суперництва.

У спорті вищих досягнень атлети НДР були орієнтовані на досягнення найвищих результатів у головних змаганнях року, тому систему внутрішніх і міжнародних планували так, щоб не порушувати процесу цілеспрямованої підготовки до головних. Якщо змагання, включені до міжнародного календаря, могли порушити тренувальний процес, найсильніші спортсмени брали участь в них без спеціальної підготовки, використовуючи старту як контрольні. Часто вони взагалі їх пропускали, а замість них виступали спортсмени з найближчого резерву. Часто найсильніші спортсмени НДР не брали участі навіть в чемпіонатах Європи, якщо це порушувало процес підготовки до Олімпійських

ігор або чемпіонатів світу. Цей підхід давав змогу 60-70% членів збірних команд демонструвати найвищі результати в головних змаганнях – чемпіонатах світу та Олімпійських іграх, тоді як їх основні конкуренти виступали менш успішно. Наприклад, спортсмени СРСР виходили на пік готовності в момент головних стартів в 40-50% випадків, а спортсмени США – в 20-25% випадків.

Система спортивної підготовки у НДР передбачала постійний пошук нових, більш сучасних та ефективних підходів до організації тренувального процесу.

На етапі безпосередньої підготовки до змагань для кожного спортсмена складала детальні індивідуальні плани, які містили розділи: мета змагання, орієнтація на конкретних суперників, звикання до спортивних споруд та інших особливостей змагань, адаптація до часу змагань, психологічна настанова, навантаження перед змаганнями, від'їзд на змагання, поведінка в дорозі, розміщення і умови проживання, поведінка і режим дня безпосередньо перед стартами, тактичний план, підготовка до старту (загальна, спеціальна, фізіологічна, рухова, психічна, морально-вольова).

Основні напрями системи підготовки спортсменів НДР:

- формування багаторівневої системи організаційного та матеріально-технічного забезпечення підготовки до Олімпійських ігор: дитячо-юнацький спорт-олімпійський резерв-збірні команди;
- створення і реалізація ступеневої системи спортивного відбору, що забезпечувала залучення в підготовку спортсменів, здатних досягти вищих досягнень на світовому рівні, і відсторонення від системи олімпійської підготовки тих, які не відповідали цим вимогам;
- орієнтування багаторічної підготовки виключно на досягнення найвищих результатів на Олімпійських іграх і чемпіонатах світу в оптимальній для певного виду спорту вікової зоні;
- побудова і реалізація системи річної підготовки, в якій її зміст (тренувальна та змагальна діяльність, засоби відновлення і стимуляції працездатності та ін.) спрямовані на досягнення піку готовності під час головних змагань року – чемпіонатів світу або Олімпійських ігор;
- планування гранично допустимих обсягів та інтенсивності тренувальної та змагальної діяльності протягом передолімпійського сезону;
- розробка структури заключного 5-8-тижневого етапу безпосередньої підготовки до Олімпійських ігор, орієнтованого на досягнення піку готовності до моменту старту в головних змаганнях;
- широке використання засобів відновлення і спеціальних дієт;
- застосування дозволених та заборонених фармакологічних засобів (переважно анаболічних стероїдів) та системи маскування останніх;
- оперативний, поточний та етапний контроль ефективності адаптаційних реакцій на тренувальні та змагальні навантаження;
- формування моделей підготовленості та змагальної діяльності для індивідуалізації процесу підготовки;
- обґрунтування і широке використання підготовки в умовах середньо- і високогір'я, а також штучної гіпоксії як ефективних засобів стимуляції

адаптаційних реакцій спортсменів високої кваліфікації, які спеціалізуються у видах спорту, пов'язаних з проявом витривалості;

- розробка високоефективного інвентаря і форми, адаптованих до індивідуальних особливостей спортсмена (сани, боби, лижі, костюми, велосипеди, гребні суду);
- обґрунтування і впровадження діагностичних комплексів і спеціальних тренажерів;
- морально-психологічна та ідейно-патріотична спрямованість тренувальної та змагальної діяльності, орієнтована не лише на досягнення високих результатів, а й на вирішення політичних завдань (авторитет країни на міжнародній арені).

3. Олімпійська підготовка спортсменів національної збірної команди США

Важкі поразки спортсменів США на Іграх XVI (1956 р., Мельбурн) і XVII Олімпіад (1960 р., Рим), яких завдали їм спортсмени СРСР, політичний підтекст з боку СРСР і соціалістичних країн, викликали загострену реакцію американської громадськості, політичних і державних діячів до проблеми підготовки та участі спортсменів США в Іграх.

Аналізуючи підсумки суперництва на олімпійській арені на Іграх-1952 1956 і 1960 рр., президент олімпійського комітету США К. Вілсон відзначав: «Починаючи з 1952 р. в Гельсінкі, коли радянські спортсмени вперше вступили на змаганнях, американська перевага була оскаржена. Якість виступів радянських спортсменів вразила всіх в спортивному світі. Присутні 1300 спортивних журналістів світу не змогли не зобразити це як найкраще випробування фізичної придатності і способу життя. Радянські перемоги були проголошені комуністичними країнами як доказ, що їх спосіб життя повинен бути домінуючим ... Якщо ми хочемо повернути перевагу, якою насолоджувалися в минулому, нам потрібно викликати тотальне посилення, мобілізацію спортивних умінь і здібностей молодих людей, готових присвятити свій час і енергію довгій, виснажливій тренувальній діяльності. Протистояння в Токіо в 1964 р буде жахливим».

Гостро відреагував й Президент США Д. Кеннеді: «Сполучені Штати отримали виклик для свого міжнародного престижу... Одним з випробувань ... є досягнення наших чоловіків і жінок на спортивних аренах ... Я спонукаю всіх чоловіків і жінок у всіх видах спорту об'єднатися в новому поході за перевагу в спортивних змаганнях».

Міністр юстиції США Р. Кеннеді висловився ще відвертіше: «Ми не хочемо читати в газетах, що наша країна була другою за Радянським Союзом на Олімпійських іграх ... Ми хочемо бути першими».

Питання про стан американського спорту в світлі підготовки до Ігор XVIII Олімпіади 1964 р. в Токіо було розглянуто Конгресом США. Доповідач, сенатор Г. Хемфрі, закликав Конгрес усвідомити необхідність прийняття рішучих заходів з розвитку олімпійського спорту «... в напрямку поліпшення становища Америки щодо інших країн, особливо Радянського Союзу, в

олімпійських змаганнях. Ми не можемо ігнорувати це питання протягом трьох років з кожного чотирирічного циклу, як ми це робили досі ... Позичимо ми перше місце в наступних Іграх Олімпіади – так само важливо, як мати здорову і придатну націю ... Сполучені Штати повинні докласти значних зусиль, щоб підготуватися до Олімпійських ігор, якщо ми не хочемо бути переможеними СРСР».

Конгресом США було ухвалено кардинальні заходи з розвитку олімпійських видів спорту та підготовки до Олімпійських ігор:

- формування довготривалої програми і надання допомоги США у розвитку системи фізичного виховання молоді, шкільного та студентського спорту, зміцнення його матеріальної бази;
- створення національної програми підготовки та участі спортсменів у міжнародних змаганнях, особливо в Олімпійських іграх;
- заснування спеціального олімпійського фонду США;
- забезпечення координації та систематизації наукових досліджень у сфері фізичного виховання і спорту, впровадження їх результатів у практику;

Паралельно активізував свою діяльність і змінив політику Олімпійський комітет США. Визнано неприпустимим концентрувати зусилля лише протягом заключного перед Іграми року. Підготовку до Олімпійських ігор почали здійснювати постійно. Було створено Комісію олімпійського розвитку з метою координації діяльності з розвитку всіх олімпійських видів спорту, забезпечення їх спортсменами міжнародного класу. Акцент при підготовці до Ігор було перенесено «з індивідуальних на загальнокомандні досягнення нації».

Основних напрями діяльності були такими:

- інтенсивний розвиток відстаючих і мало популярних в країні олімпійських видів спорту;
- підготовка резерву для олімпійських команд;
- розвиток жіночого спорту;
- різке збільшення матеріальних і фінансових можливостей для підготовки олімпійських команд.

Особливу увагу сконцентровано на розвитку жіночого спорту, так як велика кількість олімпійських видів, в тому числі і легка атлетика, були мало популярними серед жінок.

Практична реалізація системи олімпійської підготовки передбачала широке використання зарубіжного досвіду у видах спорту, в яких результати спортсменів США відставали від світового рівня. Так, велику увагу було приділено розвитку фехтування і гімнастики як одних з найбільш медалеємних видів спорту.. Для підготовки спортсменів високої кваліфікації запросили відомих європейських фахівців. Для підвищення спортивної майстерності гімнастів також залучали зарубіжних тренерів, запрошували для виступів і спільної підготовки найсильніших зарубіжних гімнастів (особливо з СРСР), організовували турне і підготовку спортсменів за кордоном.

Паралельно зусилля сконцентрували на масовості і акцентованому розвитку популярних в США видів спорту, таких як плавання, вільна боротьба, легка атлетика.

Для підготовки спортсменів високого класу в системі освіти створено пільги при вступі і під час навчання у вищих навчальних закладах та коледжах, запроваджено спортивні стипендії. Не менш важливим було створення пільгових умов для проходження служби в армії і забезпечення всім необхідним для успішної підготовки спортсменів-військовослужбовців до Олімпійських ігор та інших масштабних змагань.

У 1964 р. в Токіо спортсмени США виступили краще, ніж в 1960 р. в Римі. Хоча в неофіційному командному заліку і за загальною кількістю медалей вони поступилися спортсменам СРСР, проте перевершили їх за кількістю золотих нагород (36 і 30 відповідно).

На Іграх 1968 р. в Мехіко спортсмени США з великою перевагою випередили збірну команду СРСР. Проте наступні події показали, що успіхи США в змаганнях з СРСР були обумовлені не стільки створенням досить ефективної системи олімпійської підготовки американських спортсменів, скільки необґрунтованою реорганізацією системи управління спортом в СРСР.

В 1960 рр. та надалі в США робили активні спроби реорганізації системи олімпійського спорту, однак вони виявилися невдалими. На Іграх ХХ Олімпіади 1972 р. в Мюнхені американські спортсмени не змогли гідно конкурувати з СРСР. Ще важчою була поразка на Іграх ХХІ Олімпіади 1976 р. в Монреалі, де збірна команда США опинилася не тільки далеко позаду радянських спортсменів, але і змушена була поступилася другим місцем збірній команді НДР, що викликало у американської громадськості шоковий стан.

Знову, як і після Ігор Олімпіад 1956 і 1960 рр., США зіткнулися з необхідністю докорінного вдосконалення системи підготовки до Олімпійських ігор. Вибір Лос-Анджелеса столицею Ігор ХХІІІ Олімпіади 1984 р. активізував діяльність всіх спортивних організацій країни щодо повернення лідерства на олімпійській арені.

Керівництво ЮСОК (олімпійський комітет США) після поразки на Іграх ХХІ Олімпіади 1976 р. звернулося до використання радянського досвіду. Значною мірою під його впливом наприкінці 1970 рр. було створено сучасні комплексні бази олімпійської підготовки в Скво-Веллі (зимові види) і Колорадо-Спрінгс (літні види). За зразком Спартакіади народів СРСР почали проводити Національний спортивний фестиваль, який розглядали як арену для пошуку молодих перспективних спортсменів.

З ініціативи ЮСОК всі олімпійські види спорту були розподілені на три групи: перспективні, розвинені і недорозвинені. До перспективних видів включені ті, в яких спортсмени США могли претендувати на медалі (плавання, легка атлетика, боротьба вільна, гімнастика, волейбол, баскетбол, хокей на траві). На розвиток цих видів спорту були спрямовані основні зусилля. Особливу увагу звертали на підготовку жінок, які за своїми результатами значно поступалися спортсменкам СРСР і НДР.

Бойкот Ігор ХХІІ Олімпіади (Москва, 1980), оголошений адміністрацією Картера, порушив систему фінансування американського олімпійського спорту зі сторони фірм-спонсорів, більшість яких цю акцію сприйняли негативно. Бойкот вплинув і на ставлення до олімпійської підготовки з боку федерацій за

видами спорту і самих спортсменів. Однак тривало це недовго, і новий президент ЮСОК Вільям Саймон (колишній міністр фінансів США) зміг різко підвищити інтерес до підготовки та участі американських спортсменів до Ігор XXIII Олімпіади 1984 р. в Лос-Анджелесі. За чотири роки до Ігор сформульовано програму підготовки «найсильнішої в історії» олімпійської команди, яка передбачала наступне:

- щорічний відбір перспективних спортсменів на національних спортивних фестивалях;
- формування за чотири роки до Ігор і щорічне оновлення складу національних команд з різних видів спорту;
- призначення на весь олімпійський цикл національних тренерів для роботи зі збірними командами;
- розробка чотирирічних тренувальних планів з кожного виду спорту;
- надання спортсменам широкого спектра послуг, які можуть забезпечити медицина, інформатика, біомеханіка, спортивна промисловість та інші науково-практичні дисципліни і сфери діяльності;
- оснащення спортивних баз для централізованої підготовки найсучаснішим спортивним, медичним і науковим обладнанням, кваліфікованими кадрами і всіма необхідними послугами;
- різке збільшення фінансування олімпійської підготовки, широке використання моральних і матеріальних стимулів для спортсменів, які домагаються успіху.

Діяльність в цих та інших напрямках, підкріплена найактивнішою пропагандистською кампанією, що не допускала навіть натяку на можливість невдалого виступу на Іграх XXIII Олімпіади 1984 р., докорінно змінила систему олімпійської підготовки спортсменів США та наблизила її до стандартів, які існували в СРСР і НДР.

Однак, як виявилось, вона не була ефективно запроваджена у практику. На XIV зимових Олімпійських іграх 1984 р. команда США хоч і посіла третє загальнокомандне місце, як в 1980 р., але колишніх позицій не втримала (1980 р. – 12 медалей, в тому числі 6 золотих, 1984 р. – 8 медалей, 4 золоті).

Відставання від команд СРСР і НДР різко зросло. На Ігри 1984 р. в Лос-Анджелесі, внаслідок бойкоту, ініційованого СРСР, який підтримали НДР та інші країни, не приїхало понад 60 % основних претендентів на перемогу. Природньо, що в цих умовах команда США переконливо завоювала перше місце. Однак, якби Ігри були повноцінними, найбільш вдало виступила б команда СРСР.

Підтвердженням цього є те, що за рік до Ігор команда СРСР могла претендувати на 55-60 золотих медалей, 35-40 срібних і 35-40 бронзових. Шанси США були значно меншими: 32-36 золотих медалей і по 30 срібних і бронзових. Приблизно такі ж шанси були і у спортсменів НДР.

Повернути лідерство в олімпійському спорті США, як і в 1960 рр., вдалося завдяки низці подій, таких як: об'єднання Німеччини і руйнування державної системи олімпійського спорту колишньої НДР, розпад СРСР і важка економічна криза в низці країн, утворених на території колишнього СРСР. Це дало США змогу впевнено перемогти на Іграх Олімпіади

1996 р., а також дещо поліпшити стан справ на XXII і XXIII зимових Олімпійських іграх 1994 і 1998 рр.

Після Ігор XXVI Олімпіади в Атланті аналітики (перш за все з США) прогнозували лідерство спортсменів США на олімпійській арені протягом багатьох років вперед. Однак наступні підсумки Ігор XXVII Олімпіади (Сідней, 2000) показали, що позиції США далеко не такі міцні, як це здавалося.

Стратегія олімпійської підготовки Китаю до Ігор XXIX Олімпіади в Пекіні, як це було і при підготовці команди Німеччини до Ігор Олімпіади 1936 р., в першу чергу, була орієнтована на перемогу над командою США. Підсумки Ігор довели її ефективність.

Починаючи з 2000-х рр., США прагнули забезпечити лідерство в спорті не лише за рахунок вдосконалення системи підготовки, а й за рахунок роботи в інших напрямках. Одним з них була активна робота з МСФ і МОК щодо розширення програм Олімпійських ігор за рахунок видів спорту, популярних в США і не розвинених в їх основних конкурентів.

Другий напрям пов'язаний з прагненням ізолювати найсильніших спортсменів США від основних конкурентів. Протягом багатьох років цей напрям приносив помітну перевагу американським спортсменам на Олімпійських іграх і чемпіонатах світу. Однак стало зрозуміло, що велика кількість досягнень американських спортсменів мають допінгову основу.

Третій напрямок передбачає тиск американських представників на суддівський корпус в тих видах спорту, в яких результати визначають за суб'єктивними оцінками.

Четвертий напрям пов'язаний з широкою пропагандистською компанією, спрямованою на підтримку американських спортсменів і тиск на їх основних конкурентів. Можливості всіх цих напрямків активно використовували при підготовці в участі спортсменів США в Іграх XXVI Олімпіади 1996 р. в Атланті і особливо в XIX зимових Олімпійських іграх 2002 р. в Солт-Лейк-Сіті. Принесли вони, як мінімум, кілька додаткових медалей і на Іграх Олімпіади 2000 р. в Афінах (суддівство в гімнастиці, приховування результатів антидопінгового контролю в велосипедному спорті, шосе).

4. Розвиток олімпійської підготовки спортсменів у Китайській Народній Республіці

На Іграх X Олімпіади 1932 р. в Лос-Анджелесі Ліу Чанхун була єдиною представницею своєї країни в бігу на короткі дистанції і вибула зі змагань вже на попередньому забігу на 100 і 200 м. Ніхто не міг уявити, що через 80 років Китай стане лідером в багатьох видах спорту.

Спорт, що включає вправи для поліпшення фізичного стану, був відомий в Китаї понад 2000 років тому, коли розвивали традиційні єдиноборства (наприклад, ушу) і стрільбу з лука. Сучасна спортивна система почала розвиватися з 1910 р. під керівництвом Китайського олімпійського комітету. Ці 1924 р. років Китай було визнано членом МОК, тож він зміг представити першого спортсмена на Іграх X Олімпіади 1932 р.

У Берліні на Іграх XI Олімпіади 1936 р. китайська делегація складалася вже з 69 представників, на XIV Олімпійських іграх 1948 рю, які відбулися в

Лондоні, з 33 спортсменів, які брали участь в таких видах спорту: футбол, плавання і легка атлетика, хоча і безуспішно.

Участь спортсменів Китаю в міжнародному спортивному русі було перервано після китайської громадянської війни і з приходом до влади Мао Цзедуна, наслідком чого стало проголошення Китайської Народної Республіки (КНР). На острові Тайвань також була створена Китайська Республіка. Обидві держави претендували на представництво своєї команди на Олімпійських іграх.

Після численних дебатів і голосувань в МОК щодо вирішення питання «двох Китаїв» і невдалих спроб КНР виключити Тайвань з Олімпійських ігор, КНР в 1958 р. вийшла з олімпійського руху. Також поступово нівелювали інші міжнародні спортивні відносини – до часів «культурної революції» (1966-1976 рр.). Відтепер лише Олімпійський комітет Тайваню представляв Китай на Олімпійських іграх.

Все змінилося після так званого «Тайванської інциденту» в 1976 р. в Монреалі, коли тайванська команда покинула Ігри, оскільки її олімпійський комітет не міг називатися Китайським. МОК переглянув китайське питання в 1979 р. і дійшов до висновку: визнати Олімпійський комітет материкової частини КНР під назвою «Китайський олімпійський комітет», а Тайваню – під назвою «Китайський олімпійський комітет Тайбея».

Першими спортивними змаганнями чотириріччя, в яких КНР знову брала участь, були Ігри XXIII Олімпіади в 1984 р. в Лос-Анджелесі. Китайська делегація налічувала 225 спортсменів. У перший день змагань першу золоту медаль зі стрільби з пістолета завоював Сю Хайфен. Також медалі було здобуто у важкій атлетиці, спортивній гімнастиці і стрибках в воду. У неофіційному загальнокомандному заліку команда Китаю посіла четверте місце.

З цього моменту команда КНР могла розраховувати на місце в четвірці лідерів неофіційного командного заліку, за винятком Ігор Олімпіад 1988 р. в Сеулі, де посіла 11 місце, хоча спортсмени в настільному тенісі, який тоді дебютував на Іграх, завоювали п'ять медалей (2 золоті, 2 срібні, 1 бронзову) і ввели новий стандарт.

Знаковими для китайського спорту вищих досягнень були Ігри XXIX Олімпіади 2008 р. в Пекіні. Найбільша команда всіх часів – китайська – включала 639 спортсменів (312 жінок, 327 чоловіків). Китай, як приймаюча країна, автоматично могла представляти спортсменів в усіх змаганнях. Тоді збірна команда Китаю завоювала перше місце в загальнокомандному заліку.

На Іграх XXX Олімпіад 2012 р. в Лондоні виступ спортсменів Китаю знову був вдалим, хоча з 38 золотими, 27 срібними, 23 бронзовими медалями вони не змогли утримати лідерство в медальному заліку та посіли друге загальнокомандне місце, пояснюючи це обмеженим числом спортсменів – 341 атлет (197 жінок, 144 чоловіки).

Чим можна пояснити історію успіху спортсменів КНР на Олімпійських іграх? Більшість авторів вважають, що цьому сприяють роль держави в підтримці спорту вищих досягнень, системний пошук талантів, включаючи роль спортивних шкіл, а також підтримка спорту вищих досягнень наукою.

Державна підтримка спорту вищих досягнень. У 1954 р. було ухвалено рішення про створення Центральної спортивної комісії, яка на першому

національному народному конгресі КНР як Державна спортивна комісія була підпорядкована безпосередньо Державній раді КНР. У тому ж році були утворені її підрозділи в усіх провінціях і в китайській армії. Паралельно почали з'являтися всекитайські спортивні федерації з відповідними філіями в провінціях і містах.

До компетенції Державної спортивної комісії входило керівництво масовим спортом, який був взаємопов'язаний зі спортом вищих досягнень. До «культурної революції» в період 1957-1966 рр. суспільний лад Китаю формувався під девізом соціалістичного розвитку. Китайський уряд під гаслом «Великий стрибок вперед» ініціював різні програми для нівелювання різниці між містом і провінцією, між промисловістю і сільським господарством, скорочення відставання від західних індустріальних країн і прискорення перехідного періоду до комунізму.

Політична напруга між СРСР і Китаєм, повені та посухи, як і відсутність економічного контролю, зумовили невдачу в їх реалізації і призвели до великого голоду. Від такої ситуації постраждав і спорт: «Для того щоб зменшити людські і матеріальні ресурси, заощадити фінансові кошти і знизити витрати, були спрощені всі державні спортивні комісії у всіх центрах влади». За такого фінансового стану пріоритет було надано лише елітним видам спорту і деяким дисциплінам.

Під час «культурної революції» (1966-1976 рр.) Державна спортивна комісія перейшла під військовий контроль. Перестали проводити спортивні змагання, вищі навчальні заклади спорту більше не приймали студентів, були закриті спортивні газети і журнали, припинили роботу спортивні науково-дослідні інститути. Масовий спорт ще продовжував існувати в усіх провінціях Китаю, але спорт вищих досягнень практично повністю було знищено.

1971 р. був переломним для розвитку китайського спорту: завдяки участі спортсменів КНР в XXXI чемпіонаті світу з настільного тенісу, який не тільки зблизив політиків Китаю і США через так звану «пінг-понг дипломатію», а й приніс вигоду китайському спорту вищих досягнень, було відновлено підпорядкування Державної спортивної комісії Державній раді КНР. Спортивні навчальні заклади знову відкрили набір студентів, а в 1974 р. китайські спортсмени виступили на VII Азіатських іграх в Тегерані з великою делегацією.

Після повернення Китаю в МОК підвищився престиж спорту вищих досягнень в країні, наслідком чого була участь в чемпіонатах світу з різних видів спорту. В існуючому Законі про спорт Китаю 1995 р. головним завданням було визначено завоювання найбільшої кількості медалей, що зміцнило б в очах міжнародної громадськості успішність соціалістичного ладу. Реформаторську і трансформаційну політику країни повинен був підкреслити високий рівень проведення Ігор Олімпіади в Пекіні.

Паралельно з твердженням Закону про спорт Китаю 1995 р. було прийнято «Розширений спортивний план для здоров'я народу» і «План успіху для олімпійців». З першим пов'язана структуризація загального китайського спортивного управління: 41 спортивне об'єднання і 56 видів спорту були реорганізовані в 20 центрів підтримки спорту. Одночасно було задіяно державну підтримку для тих видів спорту, які мають незаперечне міжнародне

значення. В об'єднану систему було переведено також види спорту (наприклад, футбол і баскетбол), які зазнали професіоналізації та комерціалізації.

Сучасний китайський спорт вищих досягнень ідеологічно підтримує держава, яка планує, організовує, регулює, контролює і фінансує його розвиток за прикладом колишнього СРСР. Державним органом при цьому є Центральне управління спорту (колишня Державна спортивна комісія), яке визначає напрями розвитку для всього китайського спорту (масового, спорту вищих досягнень, шкільного, спортивних і дослідницьких інститутів, спортивних шкіл та об'єднань) і при цьому перебуває під впливом політики Комуністичної партії Китаю.

Те, що спорт вищих досягнень в Китаї був і залишається державною структурою, підтверджує наданий «загальний обсяг допомоги» спортсменам, сконцентрованим на умовах зайнятості в державних органах спорту вищих досягнень, низка документів. Зокрема, як «Стратегічний план завоювання олімпійських золотих медалей у 2008 р.», розроблений для Ігор Олімпіади в Пекіні, так і «Стратегічний план завоювання олімпійських золотих медалей в 2011-2020 рр.» спрямовані на здобуття золотих медалей.

Система спортивних шкіл і пошук молодих талантів. Система відбору і розвитку спортсменів в Китаї є найефективнішою в світі. Метод систематичного відбору було запроваджено в 1963 р., коли Міністерство спорту КНР розробило «Припис для видатних спортсменів та команд» для того, щоб ефективніше використовувати наявні спортшколи. За десяти обраними видами спорту проводили відбір серед талановитих дітей по всій країні. Цей метод існує нині.

На рівні округів тренувальний процес здійснюється в загальноосвітніх або спеціалізованих спортивних школах вихідного дня. Багатообіцяючі таланти після спортивних успіхів або хороших результатів при відборі переходять на наступний рівень – до юнацьких спортивних шкіл округів або провінцій, більшість яких організовані як інтернати. Найвищим рівнем в спортивній шкільній системі є так звані спортивні школи вищих досягнень в провінціях, де тренуються не лише видатні таланти, а й спортсмени провінційних команд, які скеровують провідних спортсменів в китайські національні збірні.

Тренувальний процес в китайських спортивних школах є дуже інтенсивним. У школах округів тренувальні заняття тривають 3 год, чотири-п'ять днів на тиждень паралельно з нормальним шкільним навчанням. У талановитих дітей тренувальні заняття тривають від 4 до 5 годин на день, п'ять-шість днів в тиждень. У спортивних школах і тренувальних центрах провінцій кількість тренувальних занять зростає. У провінційних і національних командах з багатьох видів спорту (гімнастика, акробатика, плавання, бадмінтон, настільний теніс) тренувальний процес триває від 10 до 12 год на день.

Спочатку (1963 р.) ці методики застосовували в спортивних школах китайської армії, надалі цей підхід став спеціальним китайським тренувальним принципом. Його основні положення використовують досі і комбінують із західними науково обґрунтованими методами тренування.

З кінця 1980-х рр. в тренування додали наукову орієнтацію, зокрема спортивну психологію і медицину.

Після того як з 1960-х рр. методи тренування змінилися, стало зрозуміло, що фізичні і психічні навантаження для спортсменів Китаю є занадто високими. Талановитим дітям рідко надано змогу бути дітьми, вони повинні ще в ранньому віці покинути рідну домівку і всі труднощі долати самотійно.

Ще однією проблемою є сильне фокусування спортсменів на високій спортивній діяльності, при цьому освіті приділяють менше уваги. Спортсменам, які досягли успіхів на міжнародній арені, надають змогу працювати в сфері спорту в якості координаторів або тренерів після завершення кар'єри, однак у менш вдалих атлетів є проблеми з пошуком роботи. Це трапляється насамперед з тими, хто не показує високого результату або чия спортивна кар'єра раптово закінчується. Вони повинні через нестачу знань повертатися до нормальної школи або шукати роботу без освіти.

Науково-методичне забезпечення і національні науково-дослідні інститути. Після утворення КНР почалося створення мережі спортивних науково-дослідних інститутів за прикладом СРСР (наприклад, в 1952 р. за допомогою СРСР в Шанхаї засновано першу Спортивну школу Хуадон).

Спортивні школи були створені в Ухані, Пекіні, Ченду, Шеньяні, Сіані. Для подальшого розвитку спорту та спортивної науки в 1950-х рр. запросили радянських фахівців.

Спільно з Національним дослідницьким інститутом спортивних наук в Пекіні в 1958 р. засновано перший китайський Дослідницький інститут спортивної науки. Близько 200 співробітників в 14 відділах (а саме, центр спорту, центр спортивної медицини, центр спортивних споруд та інвентарю) виконували завдання з масового спорту та спорту вищих досягнень.

У 1958-1959 рр. засновано Національний науково-дослідний інститут спортивних травм в Ченду і Національний інститут спортивної медицини в Пекіні. Ці установи першими почали проводити дослідження в спорті, основне завдання яких в той час складалася в сприянні фізичному здоров'ю, в лікуванні спортивних травм і вдосконаленні системи спортивної підготовки.

До початку відкритої політики в Китаї рівень досліджень у спортивній науці був невисоким через відсутність коштів та негативний вплив «культурної революції» на розвиток ще юної науки. Відповідно до встановленої доктрини того періоду було закрито наукові інститути. Тільки з 1972 р. почалося їх відновлення.

Також було скорочено кількість спортивних наукових інститутів: у 1978 р. їх було лише п'ять у всьому Китаї. З початком відкритої політики китайського уряду наприкінці 1970-х рр. і низки реформ змінилося ставлення до наукових досліджень в спорті.

На конференції Державної спортивної комісії з планування спортивної науки (1977 р.) виділено п'ять пріоритетних напрямків наукових досліджень:

- адаптація спортсменів в процесі спортивного тренування;
- оптимізація виконання руху (техніка);
- інтеграція китайської і західної медицини;
- фундаментальні дослідження;
- спортивні споруди, спортивне обладнання.

Нині у КНР існує п'ять дослідних інститутів спортивної науки, підпорядкованих Центральному управлінню спорту:

- Національний дослідницький інститут спортивної науки (Пекін), Національний центр спортивної інформації (Пекін);
- Національний інститут спортивної медицини (Пекін);
- Національний інститут спортивних травм (Ченду);
- Національний інститут спортивних електронних приладів та пристроїв (Куньмін).

В провінціях було засновано близько 33 дослідницьких інститутів, результати роботи яких використовують в школах вищої спортивної майстерності, спортивних наукових інститутах при університетах і технікумах і вищих школах за видами спорту.

У межах науково-методичного забезпечення підготовки спортсменів до міжнародних змагань вирішують такі завдання:

- відбір спортсменів відповідно до наукових критеріїв;
- наукове оцінювання тренувального процесу елітних спортсменів;
- попередження і лікування спортивних травм і захворювань;
- розвиток і застосування традиційної китайської медицини;
- розвиток і застосування антидопінгових методів;
- розвиток вузькопрофільного спортивного інвентарю та обладнання для тренувальної і змагальної діяльності.

Особливості спорту вищих досягнень в Китаї. Після Ігор Олімпіади в Пекіні експерти очікували кардинальних змін в китайській системі спорту вищих досягнень. Припускали, що може виникнути підвищений попит в сфері масового спорту, відбудеться неминуча комерціалізації і автономія спортивної системи в державі.

Нині у китайській спортивній системі існують чотири моделі розвитку талантів:

- Югуо Тіжі – національна система, яку фінансує держава й деякі державні установи. У цій моделі спортсмени віддають 50% своїх доходів від премій і стипендій у федерації для забезпечення спортивної підготовки.

- Венджу (названа на честь південного китайського міста, відомого економічним зростанням та позитивним ставленням до експериментів капіталістичного характеру) – фінансування моделі здійснюють обласні та місцеві управління, включаючи підприємства, громадські організації та приватних осіб, які беруть участь у фінансуванні. Всі вони надають маркетингові проекти з преміями для спортсменів.

- Чінхуа (названа на честь елітного університету в Пекіні, який її розробив і запровадив) – головними джерелами фінансування є університети, які підтримують підприємства. Сприяє не лише фінансовій підтримці талантів, а й реалізує модель подвійної кар'єри, а саме освіта і спорт вищих досягнень.

- ДінДжунхуї (названа на честь найвідомішого китайського снукер-майстра) – фінансування спортсмена здійснює власна родина.

Оскільки в Китаї бажана і затребувана плюралізація і децентралізація спортивних структур, більш затребуваною є Венджу-модель, в якій задіяно

громадські та приватні економічні установи, орієнтовані на перемогу і залучені до підтримки талантів.

Наступною особливістю КНР є використання масового спорту. У 2009 р. 8 серпня було названо «Днем фізичного розвитку всього народу».

У лютому 2011 р. прийнято «План фізичного розвитку всього народу», який діяв до 2015 р. Мета цього плану полягає у значному підвищенні кількості міських і сільських жителів, які займаються спортом, паралельно з посиленням самосвідомості і запровадженням вільних відкритих послуг та нового стандарту сервісу спорту. Фізичну культуру і спорт сприймають як символ здоров'я і життєвого щастя. Отже, спорт діє як важливий індикатор національної сили Китаю, цивілізаційного прогресу суспільства і його волі. Це означає підтримку і подальший розвиток масового спорту в Китаї.

Також стали помітні нові тенденції у фінансуванні китайської спортивної системи. Вважають, що за допомогою державного фінансування і коштів спортивної лотереї масовий спорт став сильнішим. У 2006 р. за допомогою лотереї в спорт було інвестовано понад 49 млн юанів. При цьому вклали понад 262 млн юанів в реалізацію «Плану фізичного розвитку всього народу», а саме в будівництво спортивних споруд, придбання спортивного інвентарю та в виготовлення інформаційних матеріалів.

Понад 236 млн юанів було виділено на підготовку до Ігор Олімпіад. У березні 2012 р. близько 20% доходів від спортивної лотереї було інвестовано в китайський спорт вищих досягнень і змагання, понад 80 % витратили на масовий спорт (обладнання, підготовку кадрів, будівництво сервісу обслуговування). До 2010 р. з державної скарбниці було виділено 11 млрд юанів на програму поліпшення фізичного стану сільських жителів.

Разом зі зміненою структурою сприяння молодим талантам, переоцінкою масового спорту, зміною співвідношення в підтримці спорту вищих досягнень та масового спорту реалізовано ще два нововведення в спортивній системі: розвиток спортивної індустрії та комерціалізація спорту – з одного боку, та посилення впливу в міжнародних спортивних організаціях – з іншого.

У 2010 р. Державною радою КНР прийнято стратегічний документ під № 22 про розвиток китайської спортивної індустрії. Основною його метою є дозвіл приватним економічним підприємствам і групам підприємств, які мають потенціал, бути задіяними в міжнародних змаганнях; формування специфічних китайських спортивних брендів як вагоме збільшення частини спортивної індустрії в китайській економіці. Ця ініціатива була сприйнята як підтримка напрямки ринкової економіки. Вона була вираженням власної ініціативи з боку громадян, як частини бізнесу, і з боку бізнесу, який більше не регулює держава, а який саморегулюється за допомогою правого забезпечення державою.

Надалі Китай здобув вплив і право голосу в міжнародних спортивних організаціях. Ця практика поширилася з 1979 р. (з початком реформ і відкритої політики). На міжнародній арені досягнуто не тільки членство в понад 100 міжнародних і понад 90 азійських спортивних організаціях, але також і співпраця з понад 150 країнами, і зростання кількості (до 140) міжнародних спортивних заходів, які проводять в Китаї. Серед них Азійські гри, універсиади, етап Формули-1, тенісний турнір в Шанхаї тощо.

Лекцію підготовано з використанням матеріалів:

1. Задорожна О. Р. Тактика у сучасних олімпійських спортивних єдиноборствах [Текст] : дис. ... д-ра наук з фіз. виховання та спорту : 24.00.01 / Задорожна Ольга Романівна ; Львів. держ. ун-т фіз. культури ім. Івана Боберського. – Львів, 2021. – 555 с.
2. Павленко Ю. Організація та середовище системи науково-методичного забезпечення олімпійської підготовки / Павленко Ю. // Фізична активність, здоров'я і спорт. 2011. – №4(6). – С. 34-39.
3. Павленко Ю. О. Науково-методичне забезпечення підготовки спортсменів в олімпійському спорті: Монографія / Ю.О. Павленко. – К.: Олімп. л-ра, 2011. – 312 с.
4. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учебник [для тренеров] : в 2 кн. / В. Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2015. – Кн. 1. – 2015. – 680 с.
5. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. / В.Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2015. – Кн. 2. – 752 с.
6. Платонов В. Н., Павленко Ю. А., Томашевский В. В. Подготовка национальных команд к Олимпийским играм: история и современность. – К.: Изд. дом Д. Бураго, 2012. – 252 с.
7. Zadorozhna OR, Briskin YA, Pityn MP, Bohuslavska VYu, Hlukhov IG. Participation tactics of elite freestyle wrestlers in competition system in 2013-2016 Olympic cycle. Pedagogy of Physical Culture and Sports, 2021;25(5):275-285. DOI: <https://doi.org/10.15561/26649837.2021.0502>

Рекомендована література з навчальної дисципліни

«Підготовка національних збірних команд до Олімпійських ігор»

Основна:

1. Задорожна О. Р. Підготовка національних збірних команд до Олімпійських ігор : курс лекцій з навч. дисципліни підготовки магістрів галузі знань 01 «Освіта / Педагогіка» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» / О. Р. Задорожна. – Львів : ЛДУФК ім. І. Боберського, 2023. – 109 с.
2. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / Келлер В. С., Платонов В. М. – Львів : Українська спортивна Асоціація, 1992. – 269 с.
3. Концепція підготовки спортсменів України до Ігор XXXIII Олімпіади 2024 року у м. Париж (Франція) [Інтернет]. 2022 [цитовано 2022 Квіт. 25]. Доступно: <http://surl.li/czzbk>
4. Концепція підготовки спортсменів України до XXIV зимових Олімпійських ігор 2022 року в м. Пекін (Китай) [Інтернет]. 2022 [цитовано 2022 Сер. 10]. Доступно: <http://surl.li/czzbv>
5. Костюкевич В. М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації: Навчальний посібник. – Вінниця: «Планер», 2007. – 273 с.
6. Павленко Ю. О. Науково-методичне забезпечення підготовки спортсменів в олімпійському спорті: Монографія / Ю.О. Павленко. – К.: Олімп. л-ра, 2011. – 312 с.

7. Платонов В. М., Дрюков В. О. Організаційно-методичні принципи підготовки спортсменів високої кваліфікації в чотирирічних олімпійських циклах [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://surl.li/cyqoq>
8. Положення про національні збірні команди з видів спорту, визнаних в Україні [Інтернет]. 2022 [цитовано 2022 Сер. 12]. Доступно: <http://surl.li/czzco>
9. Положення про центр олімпійської підготовки [Інтернет]. 2022 [цитовано 2022 Сер. 15]. Доступно: <http://surl.li/czzdj>
10. Порядок конкурсного відбору спортсменів для комплектування складу національних збірних команд з олімпійських видів спорту, визнаних в Україні [Інтернет]. 2022 [цитовано 2022 Сер. 13]. Доступно: <http://surl.li/czzci>
11. Програми підготовки спортсменів-кандидатів до Ігор Олімпіади Токіо 2020 [Інтернет]. 2020 [цитовано 2022 Лип. 10]. Доступно: <http://surl.li/czzam>
12. Система відбору до Олімпійських змагань [Інтернет]. 2022 [цитовано 2022 Сер. 14]. Доступно: <http://surl.li/czzde>
13. Система відбору спортсменів у збірну команду України й формування спортивних делегацій для участі в міжнародних змаганнях з фехтування [Інтернет]. 2019 [цитовано 2022 Бер. 2]. Доступно: <http://surl.li/czzba>
14. Стратегія розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року [Інтернет]. 2022 [цитовано 2022 Трав. 12]. Доступно: <http://surl.li/czzea>
15. Шкрєбтій Ю. М. Управління тренувальними і змагальними навантаженнями спортсменів високого класу : монографія / Ю. М. Шкрєбтій. – К. : Олімпійська література, 2005. – 234 с.
16. Blumenstein B, Lidor R. The road to the Olympic Games. A four years psychological preparation program. Athletic Insight [Internet]. 2007;9(4). Available from: <http://www.athleticinsight.com/>.
17. Bompa T. O., Haff G. G. Periodization: theory and methodology of training. Human Kinetics; Fifth edition. 2009. 424 p.
18. Houlihan B. Comparative Elite Sport Development: systems, structures and public policy / eds. by B. Houlihan, M. Green. – Oxford, 2008. – 320 p.
19. Daumiller, Martin & Rinas, Raven & Breithecker, Jennifer. (2021). Elite athletes' achievement goals, burnout levels, psychosomatic stress symptoms, and coping strategies. 10.31234/osf.io/h7bfe.
20. McGee, V., & DeFreese, J. D. (2019). The coach-athlete relationship and athlete psychological outcomes. Journal of Clinical Sport Psychology, 13, 152–174. <https://doi.org/10/dhq5>

Допоміжна:

1. Задорожна О. Р., Бріскін Ю. А., Пітин М. П., Потоп В., Гращенко Ж. В., Глухов І. Г., Дробот К. В. Особливості комплектування складу учасників ігор XXXII Олімпіади 2020 у Токіо (на прикладі спортивних єдиноборств) // Український журнал медицини, біології та спорту. – М., 2020. – Том 5, №3 (25). – С. 445-450. DOI: 10.26693/jmbs05.03.445
2. Задорожна О. Р., Бріскін Ю. А., Пітин М. П., Вовк І. В., Пестерніков В. В. Особливості систем відбору спортсменів-кандидатів у національну збірну команду України для участі в Іграх Олімпіад (на прикладі спортивних

єдиноборств). Український журнал медицини, біології та спорту. М., 2020. Том 5, №3 (25). С. 357–364. DOI: 10.26693/jmbs05.05.357

3. Задорожна О. Тактика участі провідних фехтувальників світу у системі змагань в олімпійському циклі 2008-2012 рр. Спортивний вісник Придніпров'я. Дніпро, 2021. №1. С. 53–63. DOI: 10.32540/2071-1476-2021-1-053

4. Концепція підготовки спортсменів України до Ігор XXXII Олімпіади 2020 року у м. Токіо (Японія) [Інтернет]. 2017 [цитовано 2022 Квіт. 12]. Доступно: <https://www.kmu.gov.ua/news/249504554>

5. Олімпійська Хартія 2020 [Інтернет]. 2020 [цитовано 2022 Квіт. 10]. Доступно: <http://noc-ukr.org/about/officialdocuments/olimpiyska-khartiya/>

6. Про фізичну культуру і спорт: Закон України [Інтернет]. Київ. 1994. [оновлено 2022 Лют. 17; цитовано 2022 Лип. 29]. Доступно: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>

7. Humphreys, B.R.; Johnson, B.K.; Mason, D.S.; Whitehead, J.C. Estimating the value of medal success in the Olympic Games. *J. Sports Econ.* 2018, 19, 398–416.

8. Plews, Daniel & Laursen, Paul. (2017). Training Intensity Distribution Over a Four-Year Cycle in Olympic Champion Rowers: Different Roads Lead to Rio. *International Journal of Sports Physiology and Performance.* 1-24. 10.1123/ijsp.2017-0343.

9. Team composition in epee fencing which accounts for sportsmen's individual performance / Olha Zadorozhna, Yuriy Briskin, Alina Perederiy, Maryan Pityn, Oleg Sydorko // *Journal of Physical Education and Sport.* – Pitesti, 2018. – Art 273 pp. 1863 – 1870. DOI:10.7752/jpes.2018.s4273

10. Wicker, P.; Dallmeyer, S.; Breuer, C. Elite athlete well-being: The role of socio-economic factors and comparisons with the resident population. *J. Sport Manag.* 2020, 34, 341–353.

11. Zadorozhna OR, Briskin YA, Pityn MP, Bohuslavska VYu, Hlukhov IG. Participation tactics of elite freestyle wrestlers in competition system in 2013-2016 Olympic cycle. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, 2021;25(5):275-285. DOI: <https://doi.org/10.15561/26649837.2021.0502>

Інформаційні ресурси інтернет:

- Мультимедійне забезпечення лекцій, демонстрація відеороликів з Ігор Олімпіад та Зимових Олімпійських ігор, документальних та навчальних фільмів, відеофрагментів тренувань висококваліфікованих спортсменів, інтерв'ю атлетів та фахівців з різних компонентів забезпечення підготовки.

- Міжнародний олімпійський комітет [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.olympic.org/>

- Міністерство молоді та спорту України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://dsmsu.gov.ua/index/ua/>

- Національний олімпійський комітет України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.noc-ukr.org/>

•Щомісячний журнал про олімпійський рух і спорт вищих досягнень в Україні та світі «Олімпійська арена» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://olimparena.com.ua/>